

FRÜHZEITIGE OP VS. TRAININGSTHERAPIE UND PATIENTENEDUKATION BEI TRAUMATISCHEM MENISKUSRISS

>> FRÜHE MENISKUS-OP SCHEINT NICHT ÜBERLEGEN ZU SEIN

// **HINTERGRUND:** Die arthroskopische Meniskus-OP ist die bevorzugte Behandlung für junge Personen mit Meniskusriss. Kürzlich wurde in zwei randomisierten Studien, in denen eine Meniskus-OP mit einer Trainingstherapie verglichen wurde, festgestellt, dass es bei jungen Personen keine Unterschiede in Bezug auf die angegebenen Schmerzen, die Funktion und die Lebensqualität nach 12 und 24 Monaten gab. Es gibt jedoch möglicherweise bestimmte Untergruppen, die besser auf eine chirurgische Behandlung ansprechen. Eine solche Untergruppe könnten Personen mit traumatischen Meniskusrissen sein. Traumatische Meniskusrisse treten in der Regel in einem ansonsten gesunden Meniskus bei jüngeren (<40 Jahre) aktiven Personen als Folge eines bestimmten Ereignisses auf, z. B. eines Sporttraumas. Während nicht-traumatische (degenerative) Meniskusrisse meist bei Menschen mittleren und höheren Alters (>50 Jahre) beobachtet werden und mit beginnender Gonarthrose einhergehen. Ein dänisches Autorenteam führte deshalb ein RCT durch, um die Auswirkungen einer frühzeitigen Meniskus-OP im Vergleich zu Übungen und Aufklärung mit der Option einer späteren OP auf Schmerzen, Funktion und Lebensqualität bei jungen Personen mit einem traumatischen oder atraumatischen Meniskusriss zu vergleichen, wobei auch das Auftreten von Symptomen berücksichtigt wurde.

// **METHODIK:** Diese Studie ist eine explorative Analyse der DREAM - Studie („Danish RCT on Exercise versus Arthroscopic Meniscal surgery for young adults“). Dort wurden 121 Personen im Alter von 18 bis 40 Jahren mit einem durch MRT nachgewiesenen Meniskusriss randomisiert einer OP oder einem Training mit Patientenaufklärung unterzogen. Das Hauptergebnis war der Unterschied in der Veränderung nach 12 Monaten im Knee injury and Osteoarthritis Outcome Score (KOOS4), welcher Schmerzen, Symptome, Funktion in Sport und Freizeit sowie Lebensqualität abdeckt. Die betreute Trainingstherapie bestand aus 12 Wochen angeleiteter gruppenbasierter neuromuskulärer und kräftigender Trainingstherapie (2 x 60-90 Min/Woche) und der Patientenaufklärung (~ 30-45 Min) zu Beginn und am Ende der Intervention. Ziel der Patientenaufklärung war es, die Motivation und die Fähigkeit zur Aufrechterhaltung des Trainings zu fördern und die Betroffenen über die langfristigen Risiken nach einer Knieverletzung aufzuklären. Das detaillierte Übungsprogramm kann man [hier downloaden](#).

// **ERGEBNISSE:** 42 Personen (69 %) in der Trainingstherapie-Gruppe und 47 (78 %) in der chirurgischen Gruppe wurden als Personen mit einem traumatischen Riss eingestuft. Die Ergebnisse zeigen keinen Unterschied in der Veränderung des KOOS4 nach 12 Monaten zwischen den beiden Behandlungsgruppen, weder bei traumatischen Rissen (18,8 vs. 16,0 in der OP- vs. der Trainingstherapiegruppe) noch bei nicht-traumatischen Rissen (20,6 vs. 17,3 in der OP- vs. der Trainingstherapiegruppe).

// **DISKUSSION:** Die Ergebnisse sind aufgrund der geringen Stichprobengröße in den untersuchten Untergruppen, insbesondere bei nicht-traumatischen Rissen, mit Vorsicht zu interpretieren, und es sind weitere Untersuchungen erforderlich, um die Ergebnisse zu bestätigen. Außerdem besteht kein Konsens darüber, wie traumatische bzw. nicht-traumatische Risse zu definieren sind. Zudem wurde in der chirurgischen Gruppe bei einigen Personen eine partielle Meniskektomie durchgeführt, während bei anderen die Meniskusreparatur im Ermessen des Operateurs lag.

// **KONKLUSION:** Sowohl bei Personen mit traumatischen als auch nicht-traumatischen Meniskusrissen scheint eine frühzeitige Meniskus-OP im Hinblick auf die Verbesserung von Schmerzen, Funktion und Lebensqualität nach 12 Monaten nicht besser zu sein als eine Trainingstherapie plus Aufklärung. Weitere Untersuchungen sind erforderlich, um die klinische Anwendbarkeit dieser Ergebnisse zu bestätigen.

Damsted C, Skou ST, Hölmich P et al. Early surgery versus exercise therapy and patient education for traumatic and nontraumatic meniscal tears in young adults-an exploratory analysis from the DREAM trial. J Orthop Sports Phys Ther 2024; 54 (5): 1-10.

